



FPN

FEDERAÇÃO PORTUGUESA DE NATAÇÃO

PLANO DE ALTO RENDIMENTO NATAÇÃO ADAPTADA 2022



NATAÇÃO ADAPTADA



ÍNDICE

1. INTRODUÇÃO	5
2. REGIME DE ALTO RENDIMENTO	6
2.1. CRITÉRIOS DE ACESSO	6
2.2. REGISTO DOS PRATICANTES	6
2.3. INSCRIÇÃO DOS PRATICANTES	6
2.4. NÍVEIS DE INTEGRAÇÃO	7
2.5. APOIO AOS PRATICANTES EM REGIME DE ALTO RENDIMENTO	7
3. PLANO DE ALTO RENDIMENTO	8
3.1. SELEÇÃO NACIONAL WORLD PARA SWIMMING	8
3.1.1. ACESSO AO PROJETO DE PREPARAÇÃO PARALÍMPICA E ESPERANÇAS PARALÍMPICAS	9
3.1.2. REGISTO NA BASE DE NADADORES DO WORLD PARA SWIMMING	11
3.1.3. CALENDÁRIO DE ATIVIDADES	11
3.1.4. MADEIRA 2022 WORLD PARA SWIMMING WORLD CHAMPIONSHIPS	11
3.2. SELEÇÃO NACIONAL SURDOLÍMPICA	15
3.2.1. CALENDÁRIO DE ATIVIDADES	15
3.2.2. JOGOS SURDOLÍMPICOS CAXIAS DO SUL 2021	15
3.3. SELEÇÃO NACIONAL DSISO	16
3.3.1. REGISTO NA BASE DE NADADORES DA DSISO	16
3.3.2. CALENDÁRIO DE ATIVIDADES	16
3.3.3. CAMPEONATO DO MUNDO DE NATAÇÃO DSISO 2022	17
4. ELEGIBILIDADE DOS TÉCNICOS	17
5. APOIO AOS TREINADORES COM PRATICANTES NO REGIME DE ALTO RENDIMENTO	18
6. CONSIDERAÇÕES FINAIS	18

Nota Prévia do Vice-presidente da FPN

Em primeiro lugar quero agradecer a todos que de alguma forma contribuíram para o desenvolvimento dos ciclos anteriores com particular relevo para os treinadores e nadadores integrados nos diferentes projetos. Relevante a forma empenhada como sempre estiveram e que permitiu alcançar muitos dos objetivos definidos e mesmo ultrapassá-los em alguns casos.

Anos algo difíceis, estes últimos, mas que nos tornou a todos mais fortes na capacidade de enfrentar as adversidades que sempre se afiguram num processo de criação, desenvolvimento e ação no âmbito das exigências que o alto rendimento impõe.

Os Jogos Paralímpicos Paris2024 e os Surdolímpicos Caxias 2022 serão o objetivo “major” para os nadadores integrantes. Até lá serão concebidos três Planos de Alto Rendimento no caso dos Paralímpicos e um para terminar o ciclo Surdolímpico que terá um novo ciclo até 2026, e que se querem articulados entre si na gradação qualitativa da preparação e num trabalho a ser coordenado pela Direção Técnica Nacional. Com certeza teremos o mesmo empenhamento e a mesma entrega ao trabalho por parte dos principais protagonistas – os nadadores e os seus técnicos. Esperamos um contributo forte e assertivo, com o máximo sentido prático e concentrados no essencial.

A Natação para nadadores com Síndrome de Down continuará a fazer o seu caminho na procura da consolidação e se possível melhoria dos resultados a nível internacional. Num período de alguma indefinição sobre o futuro desta “classe”, pugnaremos para que definitivamente seja alcançado o objetivo de integração nos Jogos Paralímpicos, assim como contribuiremos para melhorar a capacidade de gestão de organismos internacionais que gerem a natação nesta área.

Eu suma: queremos mais e queremos melhor. Contribuímos de uma forma decisiva para a afirmação da Natação para Pessoas com Deficiência, credibilizando a sua exigência e fazendo sentir à sociedade que estas Pessoas não precisam de caridade, mas sim de oportunidades e que a equidade na complexidade da formulação socio-desportiva é uma obrigação que a todos compete.

Uma palavra final para os clubes e Associações Territoriais, os grandes obreiros da múltipla atividade anual e que dão corpo à consecução do verdadeiro sentido das

coisas: criar e promover atividade para que seja possível fazer natação de rendimento e alto rendimento.

Continuar a criar a cultura da exigência e a cultura da ambição. É com estes dois parâmetros intrínsecos ao alto rendimento que devemos viver diariamente, construindo o desígnio do êxito individual e coletivo, a bem da FELICIDADE tão ambicionada por TODOS.

Rui Bettencourt Sardinha
Vice-presidente da FPN para a Natação Adaptada

1.INTRODUÇÃO

Este documento define as linhas orientadoras da disciplina de Natação Adaptada, relativamente ao sistema de Alto Rendimento Desportivo, nomeadamente no que se refere à atividade das Seleções Nacionais das diferentes categorias de deficiência.

Para os nadadores integrados no Projeto de Preparação Surdolímpica 2021 este é o ano da sua competição principal e por isso queremos garantir que os nadadores tenham todas as condições para garantir o apuramento para os Jogos Surdolímpicos, e possam representar Portugal ao mais alto nível.

No início de um novo ciclo paralímpico, mais curto que os anteriores, e no que toca à Seleção Nacional World Para Swimming queremos apoiar o Alto Rendimento e os praticantes integrados no Projeto de Preparação Paralímpica oferecendo condições com vista a conseguirem cumprir os objetivos definidos de forma a maximizar a presença nos Jogos já a pensar em Paris 2024. De acordo com a formulação, o CPP delega na FPN a preparação dos nadadores e caberá à sua Direção Técnica a regulação dos Planos de Preparação desenvolvidos pelos treinadores com nadadores integrados. Os treinadores dos nadadores envolvidos são os responsáveis pelo plano individual e propõem quais as ações em que estas se enquadram no plano geral.

Envolveremos esforços para continuar a solidificar o trabalho feito até aqui com a Seleção Nacional para Nadadores com Síndrome de Down mantendo uma estreita colaboração com os técnicos dos praticantes envolvidos num ano onde o Campeonato do Mundo será no nosso país.

Continuaremos a pugnar por um caminho de rigor e exigência, valorizando as Seleções Nacionais, acreditando na nossa capacidade para atingir as metas a que nos propomos. Naturalmente que este edifício do Alto Rendimento e Seleções Nacionais tem os seus alicerces nos Clubes e, mais concretamente, nos Praticantes, Treinadores e Dirigentes dos mesmos. Esperamos, como sempre tem acontecido, poder contar com todos de modo a sermos capazes de alcançar os exigentes objetivos propostos.

2. REGIME DE ALTO RENDIMENTO

Este sistema enquadra os praticantes que revelem capacidade de obtenção de prestações desportivas de excelência, no panorama desportivo internacional, tratando-se por isso dum sistema extremamente exigente e seletivo.

2.1. CRITÉRIOS DE ACESSO

Os critérios de acesso ao Regime de Alto Rendimento estão definidos no Decreto-Lei n.º 272/2009, de 1 de outubro, que determina quais as classificações e resultados desportivos que dão acesso a este sistema, classificando os praticantes em três níveis distintos: nível A, nível B e nível C.

Esta legislação foi complementada com a publicação da Portaria n.º 325/2010, de 16 de junho, que veio definir as competições consideradas como de alto nível, reconhecidas como válidas para a obtenção deste estatuto.

2.2. REGISTO DOS PRATICANTES

Os praticantes desportivos de alto rendimento são inscritos no respetivo registo num de três níveis.

2.3. INSCRIÇÃO DOS PRATICANTES

A inscrição dos praticantes desportivos no respetivo registo processa-se da seguinte forma:

- O praticante realiza a classificação ou resultado que lhe permite a integração.
- **O praticante ou o Clube** no qual o praticante se encontra filiado envia a ficha do praticante desportivo de Alto Rendimento devidamente preenchida para a FPN.
- A FPN propõe o praticante ao Instituto Português do Desporto e Juventude (IPDJ), para validação do mesmo.
- Após validação por parte do IPDJ, este envia para a FPN o Contrato entre o praticante, o IPDJ, e a FPN.

- A FPN envia o contrato ao praticante, que deverá assinar e rubricar em todas as páginas, e reenvia à FPN, para esta devolver ao IPDJ.
- O IPDJ procede ao registo efetivo e emite a declaração de registo do praticante em Alto Rendimento.

2.4. NÍVEIS DE INTEGRAÇÃO

Nível A

- Tenham obtido classificação não inferior ao 8º lugar em Jogos Paralímpicos ou Surdolímpicos.
- Tenham obtido classificação não inferior ao 3º lugar no Campeonato do Mundo ou Campeonato da Europa desde que correspondam ao 1º terço da tabela no escalão absoluto.

Nível B

- Tenham obtido classificação entre 4º e 6º lugar em Campeonatos do Mundo ou Campeonatos da Europa, no escalão absoluto, desde que correspondam ao 1º terço da tabela no escalão absoluto.
- Tenham obtido classificação não inferior ao 3º lugar em Campeonatos do Mundo ou Campeonatos da Europa, no escalão imediatamente inferior ao absoluto, desde que correspondam ao 1º terço da tabela no escalão absoluto.
- Tenham obtido qualificação para os Jogos Paralímpicos ou Surdolímpicos.

Nível C

- Tenham obtido resultados desportivos que lhes permitam a integração no Programa de Preparação Paralímpica, Surdolímpica, Esperanças Paralímpicas e Surdolímpicas.

2.5. APOIO AOS PRATICANTES EM REGIME DE ALTO RENDIMENTO

São considerados os seguintes benefícios financeiros, para os nadadores ou respetivos clubes integrados no Regime de Alto Rendimento:

- Isenção de taxas de inscrição nas provas individuais dos Campeonatos Nacionais.
- Apoio à participação de nadadores em Regime de Alto Rendimento em Competições Internacionais mediante disponibilidade financeira.

3. PLANO DE ALTO RENDIMENTO

No presente documento estão definidos os critérios referenciais de seleção para as competições onde a FPN irá participar, em representação nacional, com abrangência a todas as categorias de deficiência.

Para além dos critérios definidos, em situações de carácter excecional relacionadas com o desempenho dos praticantes em cada momento específico, as características intrínsecas a cada competição, o percurso recente aliado às perspetivas de evolução bem como à postura revelada pelos praticantes, poderá a Direção Técnica Nacional ampliar ou restringir os critérios definidos neste documento.

Para cada uma das atividades previstas, compete à FPN avaliar e selecionar os praticantes a integrar, tendo como base os referenciais mencionados e os critérios específicos de acesso a cada atividade. Os critérios de acesso a cada atividade estão perfeitamente balizados, de modo a que todos os potenciais candidatos possam planear a sua preparação focada na obtenção dos objetivos desportivos definidos pela FPN.

Em função das necessidades individuais dos praticantes que revelem prestações desportivas de elevado nível, existe abertura para ajustar e complementar este plano com base em propostas bem definidas e justificadas, efetuadas atempadamente e numa lógica que não desvirtue a estrutura apresentada.

Naturalmente que esta disponibilidade estará sempre condicionada pela possibilidade de enquadramento económico-financeiro e pelo retorno espetável das mesmas, sendo alvo de análise caso a caso e em cada momento temporal.

3.1. SELEÇÃO NACIONAL WORLD PARA SWIMMING

Os critérios de integração de nadadores no plano de preparação da Seleção Nacional World Para Swimming estarão associados aos seguintes referenciais:

- Marcas de acesso ao nível Paralímpico.
- Registo no Regime de Alto Rendimento.
- Previsibilidade de seleção para provas individuais nos Campeonatos do Mundo e da Europa.

- Aceitação e cumprimento dos direitos e deveres inerentes a um praticante no Regime de Alto Rendimento.
- Disponibilidade no cumprimento total do plano.
- Postura desportiva e social condizente com a responsabilidade de representar Portugal.

3.1.1. ACESSO AO PROJETO DE PREPARAÇÃO PARALÍMPICA E ESPERANÇAS PARALÍMPICAS

Serão propostos para integrar o Projeto de Preparação Paralímpica os nadadores que consigam atingir o mínimo “MQS” de acordo com a tabela seguinte em competição homologada pelo World Para Swimming e após ter o estatuto de classificado a nível internacional.

Para o Projeto de Esperanças Paralímpicas serão propostos nadadores que consigam atingir o mínimo “MET” de acordo com a tabela seguinte em competição homologada pelo World Para Swimming e após ter o estatuto de classificado a nível internacional.

Minímos de Acesso

Provas	Classe	Masculinos		Femininos	
		MQS	MET	MQS	MET
50m Livres	S3	00:54.52	01:11.00	N/A	N/A
	S4	00:42.97	00:47.46	00:47.84	00:55.62
	S5	00:36.19	00:36.84	N/A	N/A
	S6	N/A	N/A	00:37.78	00:38.98
	S7	00:29.94	00:31.03	N/A	N/A
	S8	N/A	N/A	00:33.61	00:34.88
	S9	00:26.74	00:27.86	N/A	N/A
	S10	00:25.47	00:26.09	00:28.99	00:29.88
	S11	00:28.47	00:29.23	00:33.72	00:35.56
	S13	00:25.55	00:26.25	00:28.88	00:29.54
100m Livres	S3	N/A	N/A	02:33.78	04:47.35
	S4	01:37.67	01:56.98	N/A	N/A
	S5	01:20.70	01:23.81	01:34.86	01:46.15
	S6	01:11.48	01:14.34	N/A	N/A
	S7	N/A	N/A	01:17.98	01:20.32
	S8	01:01.79	01:03.40	N/A	N/A
	S9	N/A	N/A	01:05.84	01:07.33
	S10	00:55.28	00:57.11	01:03.11	01:04.06
	S11	N/A	N/A	01:15.48	01:18.95
	S12	00:57.95	01:01.32	01:08.05	01:12.85
200m Livres	S2	05:28.14	06:23.56	N/A	N/A
	S3	04:43.70	05:01.06	N/A	N/A
	S4	03:37.23	04:06.74	N/A	N/A
	S5	03:02.23	03:05.56	03:33.74	03:59.82
	S14	02:01.29	02:03.63	02:18.21	02:21.20
400m	S6	05:38.47	05:46.98	05:55.92	06:21.68

Livres	S7	05:08.98	05:17.62	05:46.79	06:02.25
	S8	04:50.25	05:00.35	05:21.68	05:32.35
	S9	04:29.80	04:35.02	05:04.07	05:10.83
	S10	04:20.45	04:24.42	04:49.14	04:54.81
	S11	05:23.76	05:33.75	05:57.51	06:45.43
	S13	04:34.61	04:48.40	04:59.02	05:10.75
50m Costas	S1	01:53.26	01:53.26	N/A	N/A
	S2	01:14.55	01:26.31	01:53.58	01:53.58
	S3	00:59.06	01:07.00	01:14.71	02:12.50
	S4	00:52.67	00:56.33	01:03.14	01:12.50
	S5	00:42.08	00:43.53	00:51.08	00:56.32
100m Costas	S1	03:54.62	03:54.62	N/A	N/A
	S2	02:40.18	03:16.79	03:36.93	03:36.93
	S6	01:24.94	01:28.87	01:34.75	01:42.10
	S7	01:19.54	01:21.61	01:30.06	01:32.57
	S8	01:12.78	01:13.85	01:23.99	01:25.84
	S9	01:06.34	01:07.72	01:16.25	01:18.01
	S10	01:03.84	01:05.93	01:14.52	01:15.71
	S11	01:18.95	01:22.21	01:29.09	01:36.31
	S12	01:08.98	01:11.84	01:21.97	01:30.21
	S13	01:04.58	01:08.95	01:13.03	01:17.76
50m Bruços	SB2	03:18.37	03:18.37	N/A	N/A
	SB3	00:56.40	01:02.59	01:08.39	01:23.79
100m Bruços	SB4	01:58.19	02:03.86	02:24.49	02:48.02
	SB5	01:48.80	01:52.38	01:59.21	02:04.74
	SB6	01:28.56	01:31.47	01:49.76	01:52.96
	SB7	01:26.51	01:29.03	01:45.04	01:51.96
	SB8	01:18.83	01:21.78	01:32.49	01:37.44
	SB9	01:13.48	01:15.33	01:24.68	01:27.72
	SB11	01:25.54	01:28.59	01:41.11	01:50.43
	SB12	01:16.17	01:18.73	01:31.51	01:39.73
	SB13	01:14.14	01:16.61	01:25.67	01:28.68
	SB14	01:10.16	01:12.07	01:26.08	01:27.95
50m Mariposa	S5	00:40.61	00:43.44	00:56.59	01:21.87
	S6	00:34.96	00:36.54	00:42.49	00:45.71
	S7	00:32.90	00:34.87	00:40.25	00:44.46
100m Mariposa	S8	01:06.44	01:09.59	01:21.52	01:25.41
	S9	01:03.41	01:04.52	01:12.69	01:16.05
	S10	01:00.97	01:02.66	01:10.35	01:15.98
	S11	01:20.22	01:25.98	N/A	N/A
	S12	01:03.41	01:08.74	N/A	N/A
	S13	01:00.84	01:03.33	01:14.58	01:23.23
	S14	00:59.87	01:00.69	01:11.98	01:14.14
150m Estilos	SM3	04:42.97	06:40.09	N/A	N/A
	SM4	03:09.71	03:22.69	03:43.55	05:12.98
200m Estilos	SM5	N/A	N/A	04:41.15	06:37.18
	SM6	03:05.82	03:10.89	03:24.27	03:37.81
	SM7	02:51.39	02:57.09	03:22.16	03:42.56
	SM8	02:34.21	02:38.30	03:07.10	03:12.80
	SM9	02:26.50	02:28.49	02:46.53	02:51.84
	SM10	02:18.96	02:27.00	02:36.69	02:42.23
	SM11	02:49.92	02:58.48	03:10.45	03:35.03
	SM13	02:21.49	02:24.38	02:40.48	02:46.99
	SM14	02:17.68	02:19.02	02:40.88	02:43.02

3.1.2. REGISTO NA BASE DE NADADORES DO WORLD PARA SWIMMING

Serão inscritos na base de nadadores do World Para Swimming os nadadores que sejam classificados a nível internacional e que estejam a 3% de qualquer das marcas de qualificação (MQS) para o Campeonato do Mundo WPS Madeira 2022.

Exceção a isto serão os casos de nadadores que precisam de ver a sua classificação desportiva internacional reavaliada ou aqueles que, por iniciativa dos clubes, irão participar num processo de classificação internacional.

3.1.3. CALENDÁRIO DE ATIVIDADES

O calendário de atividades de âmbito nacional e internacional para 2022, da Seleção Nacional World Para Swimming, é apresentado no quadro seguinte.

AÇÃO	Categoria	Data	Local
C. Nacional de Inverno de Natação Adaptada	World Para Swimming	29 e 30/01	Campanhã, Portugal
World Para Series Lignano Sabbiadoro*	World Para Swimming	9 a 14/03	Lignano Sabbiadoro, Itália
Campeonato do Mundo WPS Madeira 2022	World Para Swimming	12 a 18/06	Funchal, Portugal
C. Nacional de Verão de Natação Adaptada	World Para Swimming	2 e 3/07	Abrantes, Portugal

* Nota: Participação sujeita a conformação em função da evolução pandémica.

3.1.4. MADEIRA 2022 WORLD PARA SWIMMING WORLD CHAMPIONSHIPS

1. Condições de Participação

- O Mundial destina-se às categorias de deficiência motora, paralisia cerebral, visual e intelectual.
- O praticante tem que estar filiado na FPN para a presente época e ter uma licença ativa do World Para Swimming para o ano de 2022.

2. Elegibilidade dos Praticantes

- No que toca à sua classificação desportiva, o praticante tem que ter um estatuto “review” ou “confirmed” certificado pelo World Para Swimming.

- São elegíveis para este evento os praticantes que tenham obtido obrigatoriamente um mínimo de qualificação, de acordo com a tabela no ponto 4, numa competição homologada pelo World Para Swimming, em piscina de 50 metros, entre 15 de maio de 2021 e 10 de abril de 2022.

3. Competições homologadas

Para efeitos de obtenção de mínimos de qualificação serão consideradas quaisquer competições internacionais que os nadadores participem dentro do período temporal elegível desde que homologadas pelo World Para Swimming e a nível nacional será homologada a seguinte competição:

1. Open de Natação Adaptada Coimbra – 09/01 – Coimbra
2. Campeonato Nacional de Inverno de Natação Adaptada – 29 e 20/01 – Campanhã
3. Campeonato Nacional de Absolutos – 31/03 a 03/04 – Coimbra*
4. Torneio Cidade do Porto de Natação Adaptada – 09 e 10/04 – Campanhã

* Os nadadores com deficiência poderão integrar os Campeonatos Nacionais de Natação Pura Desportiva, por convite, tendo em conta as seguintes premissas:

- Tenham obtido mínimos para os Jogos Paralímpicos / Surdolímpicos.
- Nadadores com referências próximas destes mínimos.
- Outras situações a analisar.

4. Critérios de Seleção

Serão selecionados os nadadores que cumpram os seguintes critérios:

- 1) Nadadores que, à data da convocatória – 10/04/2022 – tenham obtido uma marca MQS da tabela seguinte.

Minímos de Acesso

Provas	Classe	Masculinos		Femininos	
		MQS	MET	MQS	MET
50m Livres	S3	01:00.70	01:08.83	01:27.28	01:27.28
	S4	00:43.66	00:46.21	00:54.10	01:03.25
	S5	00:36.21	00:37.80	00:53.64	00:58.76
	S6	00:32.76	00:33.06	00:39.45	00:40.54
	S7	00:31.32	00:32.98	00:37.10	00:38.95
	S8	00:29.68	00:30.33	00:34.31	00:35.10

	S9	00:26.65	00:26.79	00:31.15	00:32.28
	S10	00:25.83	00:26.32	00:29.90	00:30.77
	S11	00:28.77	00:29.40	00:37.90	00:46.06
	S12	00:26.65	00:28.31	00:31.68	00:37.50
	S13	00:25.42	00:25.72	00:28.87	00:29.98
100m Livres	S3	02:40.12	03:25.18	03:03.15	03:03.15
	S4	01:39.20	02:17.04	03:21.46	03:41.82
	S5	01:24.81	01:29.44	01:55.46	02:21.43
	S6	01:11.65	01:14.50	01:24.72	01:29.24
	S7	01:10.62	01:12.73	01:19.95	01:22.36
	S8	01:03.32	01:04.88	01:14.02	01:17.87
	S9	00:57.96	00:58.78	01:06.24	01:07.60
	S10	00:56.33	00:57.17	01:04.88	01:05.68
	S11	01:03.95	01:06.02	01:24.19	01:38.30
	S12	00:58.34	01:00.64	01:09.28	01:12.59
	S13	00:57.00	00:58.05	01:07.38	01:11.70
200m Livres	S1	06:26.32	06:26.32	N/A	N/A
	S2	07:27.13	07:27.13	05:31.50	05:31.50
	S3	05:09.76	06:39.27	05:33.98	05:33.98
	S4	03:34.80	04:04.62	05:38.07	05:38.07
	S5	03:13.43	03:28.82	05:08.70	05:08.70
	S14	02:01.67	02:03.00	02:19.56	02:21.89
400m Livres	S6	05:34.28	05:45.16	06:43.86	07:35.38
	S7	05:21.42	05:58.44	06:02.55	06:20.43
	S8	05:02.19	05:11.99	05:45.95	06:23.70
	S9	04:30.75	04:41.00	05:04.29	05:11.95
	S10	04:34.33	04:49.19	05:19.11	05:36.71
	S11	05:26.66	06:29.00	06:24.49	06:24.49
	S13	04:59.99	05:20.67	05:48.76	05:48.76
50m Costas	S1	01:53.32	01:53.32	N/A	N/A
	S2	01:30.58	01:53.22	01:43.17	01:43.17
	S3	01:03.72	01:11.81	01:23.74	01:23.74
	S4	00:52.00	00:55.71	01:06.77	01:14.60
	S5	00:42.76	00:44.85	01:03.24	01:03.63
100m Costas	S1	04:02.72	04:02.72	N/A	N/A
	S2	03:10.33	03:10.33	03:38.84	03:38.84
	S6	01:26.10	01:28.70	01:38.54	01:47.61
	S7	01:21.09	01:29.99	01:33.91	01:38.78
	S8	01:18.93	01:23.57	01:28.96	01:32.88
	S9	01:08.70	01:09.74	01:20.35	01:22.28
	S10	01:06.34	01:09.56	01:17.03	01:19.46

	S11	01:17.08	01:21.06	01:41.10	01:41.10
	S12	01:19.86	01:19.86	01:29.26	01:35.70
	S13	01:06.56	01:10.46	01:21.01	01:27.26
	S14	01:04.08	01:04.64	01:15.30	01:16.24
50m Bruços	SB2	01:58.27	02:12.20	01:58.48	01:58.48
	SB3	01:02.34	01:13.45	01:14.80	01:24.78
100m Bruços	SB4	02:01.17	02:11.46	03:30.40	03:30.40
	SB5	01:46.57	01:50.73	02:13.93	02:47.85
	SB6	01:29.61	01:33.36	01:57.88	02:01.57
	SB7	01:40.50	01:44.86	01:52.55	02:02.12
	SB8	01:22.00	01:24.26	01:40.64	01:45.14
	SB9	01:15.48	01:16.86	01:25.67	01:27.19
	SB11	01:28.24	01:31.00	01:57.09	01:57.09
	SB12	01:31.06	01:31.06	01:33.45	01:47.97
	SB13	01:13.53	01:20.83	01:30.37	01:44.04
50m Mariposa	S5	00:39.90	00:44.26	01:36.38	01:36.38
	S6	00:35.94	00:36.61	00:42.55	00:46.23
	S7	00:34.65	00:37.68	00:42.62	00:48.26
100m Mariposa	S8	01:08.86	01:14.28	01:41.79	01:41.79
	S9	01:03.12	01:04.41	01:18.37	01:26.00
	S10	01:02.94	01:04.61	01:22.86	01:33.88
	S11	01:19.38	01:29.24	N/A	N/A
	S12	01:05.87	01:17.71	01:15.62	01:15.62
	S13	01:02.34	01:05.08	01:16.09	01:27.59
	S14	00:59.62	01:00.32	01:13.63	01:15.42
150m Estilos	SM3	04:53.26	04:53.26	04:44.83	04:44.83
	SM4	03:19.57	03:39.03	03:50.50	04:22.54
200m Estilos	SM5	05:25.94	05:25.94	06:04.87	06:04.87
	SM6	03:04.83	03:10.95	03:37.25	04:29.11
	SM7	02:59.11	03:13.10	03:37.80	03:46.69
	SM8	02:42.89	02:54.68	03:23.48	03:48.97
	SM9	02:28.06	02:31.13	02:51.13	02:54.38
	SM10	02:29.21	02:33.11	02:49.82	03:06.85
	SM11	02:50.49	03:24.08	03:32.64	03:32.64
	SM13	02:23.12	02:28.98	02:44.43	03:01.59
	SM14	02:18.72	02:19.84	02:41.00	02:46.50

3.2. SELEÇÃO NACIONAL SURDOLÍMPICA

Os critérios de integração de nadadores no plano de preparação da Seleção Nacional Surdolímpica estarão associados aos seguintes referenciais:

- Marcas de acesso ao nível Surdolímpico.
- Registo no Regime de Alto Rendimento.
- Previsibilidade de seleção para provas individuais nos Campeonatos do Mundo e da Europa.
- Aceitação e cumprimento dos direitos e deveres inerentes a um praticante no Regime de Alto Rendimento.
- Disponibilidade no cumprimento total do plano.
- Postura desportiva e social condizente com a responsabilidade de representar Portugal.

3.2.1. CALENDÁRIO DE ATIVIDADES

O calendário de atividades de âmbito nacional e internacional para 2021, da Seleção Nacional Surdolímpica está apresentado no quadro seguinte.

AÇÃO	Categoria	Data	Local
C. Nacional de Inverno de Natação Adaptada	Surdolímpicos	29 e 30/01	Campanhã, Portugal
Jogos Surdolímpicos 2021	Surdolímpicos	01 a 15/05	Caxias do Sul, Brasil
C. Nacional de Verão de Natação Adaptada	Surdolímpicos	2 e 3/07	Abrantes, Portugal

3.2.2. JOGOS SURDOLÍMPICOS CAXIAS DO SUL 2021

1. Condições de Participação

- Estes Jogos destinam-se exclusivamente à categoria de deficiência auditiva.
- O praticante tem que estar filiado na FPN para a presente época.

2. Critérios de Seleção

Serão selecionados os nadadores que cumpram os seguintes critérios:

- 2) Nadadores que, a 01/03/2022 integrem o Projeto de Preparação Surdolímpica 2021.
- 3) Para além destes poderão ser selecionados nadadores que a Direção Técnica Nacional considere que reunirem condição desportiva para serem selecionados.

3.3. SELEÇÃO NACIONAL DSISO

Os critérios de integração de nadadores no plano de preparação da Seleção Nacional DSISO estarão associados aos seguintes referenciais:

- Previsibilidade de seleção para provas individuais nos Campeonatos do Mundo e da Europa.
- Registo no Regime de Alto Rendimento.
- Aceitação e cumprimento dos direitos e deveres inerentes a um praticante no Regime de Alto Rendimento.
- Disponibilidade no cumprimento total do plano.
- Postura desportiva e social condizente com a responsabilidade de representar Portugal.

3.3.1. REGISTO NA BASE DE NADADORES DA DSISO

Serão inscritos/renovados na base de nadadores da DSISO todos os nadadores que sejam convocados para o Campeonato do Mundo 2022.

3.3.2. CALENDÁRIO DE ATIVIDADES

O calendário de atividades de âmbito nacional e internacional para 2020, da Seleção Nacional DSISO, está apresentado no quadro seguinte.

AÇÃO	Categoria	Data	Local
C. Nacional de Inverno de Natação Adaptada	DSISO	29 e 30/01	Campanhã, Portugal
C. Nacional de Verão de Natação Adaptada	DSISO	2 e 3/07	Abrantes, Portugal
Estágio final	DSISO	12 a 14/10	Albufeira, Portugal

AÇÃO	Categoria	Data	Local
Campeonato da Europa de Natação DSISO	DSISO	15 a 23/10	Albufeira, Portugal

3.3.3. CAMPEONATO DO MUNDO DE NATAÇÃO DSISO 2022

1. Condições de Participação

- Este Campeonato do Mundo destina-se exclusivamente à categoria de deficiência intelectual – síndrome de down.
- O praticante tem que estar filiado na FPN para a presente época e ter uma licença ativa na DSISO.

2. Elegibilidade dos Praticantes

- São elegíveis para este evento os praticantes que tenham obtido obrigatoriamente um mínimo de qualificação, de acordo com a tabela publicada pela DSISO - <https://www.dropbox.com/s/y6thmo33aykv9yz/Minimum%20Qualifying%20Standards%20Portugal%202022.pdf?dl=0>, numa competição homologada pela FPN, com cronometragem eletrónica, em piscina de 25 metros, entre 1 de outubro de 2021 e 15 de julho de 2022.

3. Critérios de Seleção

Serão selecionados para esta competição até 10 nadadores, com o menor valor da soma da diferença percentual relativa ao recorde do mundo de cada uma das duas melhores provas (tabela vigente a 31/12/2021).

Para além destes poderão ser selecionados nadadores que a Direção Técnica Nacional considere que reunirem condição desportiva para serem selecionados tendo em conta o interesse nacional desta Seleção.

4. ELEGIBILIDADE DOS TÉCNICOS

O acompanhamento das seleções nacionais será feito pelos técnicos da Federação Portuguesa de Natação. O convite a outros técnicos com atletas integrados na seleção

será feito, sempre que se justificar, de acordo com o interesse da seleção, por convite expresso da Federação Portuguesa de Natação.

5. APOIO AOS TREINADORES COM PRATICANTES NO REGIME DE ALTO RENDIMENTO

Todos os treinadores com praticantes em RAR terão direito a condições especiais na inscrição em todas as ações de formação organizadas pela FPN, com exceção dos cursos de formação de treinadores.

6. CONSIDERAÇÕES FINAIS

A FPN para além de preocupações de natureza desportiva entende a importância de condutas de excelência como algo que deve nortear a presença de nadadores nas Seleções Nacionais, e o exemplo que dão à sociedade desportiva em geral, e aos jovens nadadores em particular.

Representar Portugal deverá ser sempre um motivo de orgulho, acima de qualquer interesse particular. Desse modo, todo e qualquer impedimento para cumprir alguma das atividades englobadas neste plano deve ser alvo de comunicação atempada ao Departamento Técnico da FPN, na qual constem os motivos desse impedimento. Do cumprimento desta informação aliado à pertinência dos motivos apontados dependerá a continuidade de integração dos praticantes em futuras ações.

Terminamos com os votos de um excelente ano de trabalho que conduza a disciplina à obtenção de resultados desportivos de excelência.
